想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

冻死不攀缘，
饿死不化缘；
穷死不求缘，
随缘不变，不变随缘，
抱定我们的三大宗旨。
舍命为佛事，
造命为本事，
正命为僧事，
即事明理，
明理即事，
推行祖师一脉心传。

回目录

要修般若波罗蜜多

回光返照，观察观察自己在不在？

「观自在菩萨。行深般若波罗蜜多时。照见五蕴皆空。度一切苦厄。」这四句是《心经》的精华要理。略释如下：

「观自在」：是教你回光返照，观察观察自己在不在？自己若在，就不会向外驰求，到处攀缘。若是不在，则容易妄想纷飞，甚至发神经。总要找机会，令人供养。有这种思想，那就不自在。

「菩萨」的行为，一切是利益众生，以众生为前提，绝对不是为利益自己。我们凡夫的思想，恰好相反，总想利益自己，而不利益众生。无论做什么事，先要计较一番，有利的就做，没有利的就不做，这就是自私自利的表现。世界为什么不能和平相处？就因为这种关系。你争我夺，互不相让，所以就发生战争，造成国破家亡的残局。

这位菩萨，他能「行深般若波罗蜜多」，从无始劫以来，一直到现在，生生世世都修深般若法，没有间断的时候。修深般若法，

（一）没有骄傲心；若有骄傲心，就是愚痴。
（二）没有自满心；若有自满心，就是愚痴。
（三）常生惭愧心；不生惭愧心，就是愚痴。
（四）不生攀缘心；若生攀缘心，就是愚痴。
（五）不生瞋恨心；若生瞋恨心，就是愚痴。
（六）不生颠倒心；若生颠倒心，就是愚痴。

我们修道人，以这六种心，做为标准。衡量自己所行所做，是否如法？如法就是智慧，不如法就是愚痴。也就是说：勤修戒定慧，息灭贪瞋痴，就是智慧。不修戒定慧，不灭贪瞋痴，就是愚痴。智慧和愚痴的分别，就在这个地方。

要修深般若，才会照破五蕴中的五十种魔境：在色蕴中有十种阴魔，在受蕴中有十种阴魔，在想蕴中有十种阴魔，在行蕴中有十种阴魔，在识蕴中也有十种阴魔。总括来讲，有这五十种；分开来讲，有无数无量种。如有不慎，就堕入魔境。总而言之，凡是有邪知邪见的人，都是属于魔的眷属；有正知正见的人，都是属于佛的眷属。

行深般若波罗蜜多时，才能认清魔的境界，不会被其动摇。这时候，不但照见五蕴皆空，也度一切苦厄。五蕴皆空，即是真空。所谓：「真空无人我，大道无形相。」

一切苦厄，就是三灾八难之苦厄。

若能将这四句经文的法，修到炉火纯青的时候，就证得八风吹不动的境界。何谓八风？就是称、讥、苦、乐、利、衰、毁、誉。这八种风，能吹得没有定力的人，昏头转向，不知东西南北。今将这八风浅释如下：

（一）称：就是称赞。人家称赞你一声，觉得比蜜还甜，心里很舒服。
（二）讥：就是讥讽。人家讽刺你一句，就受不了，心里就不舒服。
（三）苦：就是苦恼。受一点苦楚，就烦恼起来；一切苦来折磨你，看你受得了受不了。
（四）乐：就是快乐。受一点快乐，不要得意忘形；一切乐都是考验，看你怎么办？
（五）利：就是利益。得到利益就高兴，失去利益就悲哀，这是没有定力的表现。
（六）衰：就是衰败。无论遇到什么艰难，要损失不计较，失败不动心。（七）毁：就是毁谤。有人毁谤你，说你的坏话，无所谓！应该处之泰然，自然风平浪静。
（八）誉：就是荣誉。有人赞叹你，宣传你的名望，仍要无动于衷，视功名犹如瓦上霜。

这八种风，是考验「心」的法门，在逆境不动心，在顺境也不动心。若是动心，就是修持不够，没有定力的功夫。若是不动心，便证明有功夫。但是不能自满，自我宣传：「八风也吹不动我，我的定力，犹如金刚一般的坚固。」这样也不对。

在宋朝有位苏东坡居士，他对佛学略有研究。虽然他禅定功夫还不够，却自觉定力到了相当程度。有一天，心血来潮，灵感而至，写了一首偈颂：「稽首天中天，毫光照大千，八风吹不动，端坐紫金莲。」以为自己已开悟，所以请佛印禅师给印证，于是派遣侍者过江送到金山寺。老禅师一看，在原纸上写上「放屁！放屁！」四个字，交给来人（侍者）带回。苏东坡一看，无明火有三丈高，大发雷霆，岂有此理！这是开悟的偈颂，怎说是放屁？于是过江来找佛印禅师算帐。

不料，来到金山寺的山门时，佛印禅师已在那里等待他的光临，就大笑地说：「好一位八风吹不动的苏大学士，竟被屁风吹过江来，欢迎！欢迎！」（因为他们二人是老道友，时常开玩笑）苏东坡满肚子的火，刚要爆炸，被老禅师一说，觉得有理，于是承认自己定力不够，乃向禅师顶礼谢罪。从此之后，不再说口头禅了。

禅是行的，不是说的，能说不能行，无有是处。